

Kochen mit Elfriede

Quiche mit Spargel und Lachs

Zutaten für den Teig:

250 g glattes Mehl, 125 g Butter, 1 Ei, ½ TL Salz, 1 EL geriebener Parmesan,
1-2 EL Sauerrahm

Zutaten für die Fülle:

300 g grüner Spargel, 250 g Lachs, ¼ Stange Lauch oder ½ Bund Frühlingszwiebel, 4 Eier,
200 ml Obers, 1 EL Frischkäse,
Salz, Pfeffer, evtl. Kräutersalz, 1 Prise Muskatnuss, etwas geriebene Zitronenschale,
150 g geriebener Mozzarella

Zubereitung:

Die Teigzutaten vermischen, zu einem glatten Mürbteig verkneten und zugedeckt ca. ½ Std. kühl stellen.

Die holzigen Enden vom grünen Spargel wegschneiden und dann in ca. 3 cm lange Stücke schneiden. Den Lauch bzw. Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden.

Den Lachs in 2-3 cm große Würfel schneiden.

Den Teig ausrollen und in eine vorbereitete Form mit Rand einarbeiten.

Das Gemüse und den Lachs gleichmäßig darauf verteilen.

Für den Guss die Eier mit Obers, Frischkäse und den Gewürzen versprudeln und darüber gießen. Zum Schluss mit geriebenem Käse bestreuen.

Im vorgeheizten Backrohr bei 180° C (Heißluft) ca. 35-40 Minuten backen.

